

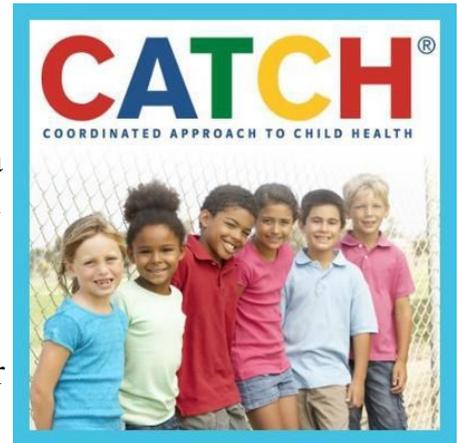
# Previendo la Obesidad Infantil con CATCH

## ¿Por qué nos preocupa la obesidad infantil?

Casi uno de cada tres niños en Estados Unidos tiene sobrepeso o está obeso, y los niños en nuestra comunidad no son la excepción. Los niños obesos tienen un mayor riesgo de padecer enfermedades crónicas, faltar a la escuela y tener peores resultados académicos que sus compañeros de peso normal.

## ¿Qué es CATCH?

CATCH son las siglas en inglés para el Enfoque Coordinado para la Salud Infantil (Coordinated Approach To Child Health). CATCH es un programa de prevención basado en evidencias que preparan a los niños para toda una vida de elecciones saludables en la alimentación y actividad física.



## ¿Cómo CATCH ayuda a los niños?

CATCH trabaja con las escuelas y comunidades para ayudar a prevenir la obesidad infantil con un programa interactivo y divertido. CATCH brinda a los niños la oportunidad de aprender y practicar comportamientos saludables a través de juegos y actividades inclusivas. El personal puede utilizar el material de CATCH para guiar a los niños en actividades físicas, enseñar sobre nutrición y promover hábitos saludables. CATCH también incluye hojas de consejos para que las familias refuercen el mensaje en el hogar.

## ¿Cómo puede usted involucrarse en CATCH?

¡Sea un facilitador! Nuestra coalición local *Move2Health* está expandiendo CATCH a programas después de la escuela y de primera infancia en el centro de Virginia. Se proporciona capacitación gratuita para facilitadores junto con todos los materiales necesarios para implementar CATCH en su organización.

**Para mayor información:** Visite [www.catchinfo.org](http://www.catchinfo.org), [www.move2healthcentralva.org](http://www.move2healthcentralva.org) o comuníquese con Amanda Saccone, Coordinadora de CATCH, en [Asaccone1221@gmail.com](mailto:Asaccone1221@gmail.com).



2/17

**HealthWhys**  
Un mensaje de salud pública de  
[www.tjhd.org](http://www.tjhd.org)

Síguenos en  
Facebook



Puede encontrar éste y otros oportunos consejos y eventos de salud pública en la página Facebook del Thomas Jefferson Health District (TJHD). ¡Márquenos "Me Gusta!"

